

Atletica, practică din ultimii ani, este o activitate fizică care permite modificările ferme a opțiunilor în aceste probleme de dezvoltare fizică, în dezvoltarea voluntară a activității sportive implicat a atletismului.

Dintre datele furnizate de practica subliniem următoarele: în multe ramuri de sport — înot, gimnastică, patinaj, tenis de masă — băieții și fetele între 13-17 ani concurează cu succes în competiții naționale și internaționale, obținând performanțe superioare; la numeroase jocuri sportive, practicate organizată, de la 8-10 ani sub formă de minibasket, minifotbal, minivolei, a început să constituie o bază de masă.